



Edukasi gizi dengan modul makanan sehat dan media emo demo untuk pencegahan stunting

Haerawati Idris*, Anita Rahmiwati, Septi Purnamasari

Universitas Sriwijaya, Indralaya, Indonesia

*Email Koresponden Penulis: haera@fkm.unsri.ac.id

Info Artikel

Riwayat Artikel

Diajukan: 2025-06-11

Diterima: 2025-07-24

Diterbitkan: 2025-08-07



Lisensi: cc-by-sa

Copyright © 2025 Penulis

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader Posyandu dalam memahami pencegahan stunting melalui edukasi gizi pada balita. Pelatihan dilakukan menggunakan pendekatan pendampingan yang terdiri dari empat tahapan utama, yaitu: (1) penyampaian materi melalui ceramah interaktif; (2) diskusi dan tanya jawab mengenai gizi dan stunting; (3) simulasi praktik menggunakan modul makanan sehat dan metode Emotional Demonstration (Emo-Demo); serta (4) evaluasi menggunakan pretest, posttest, dan wawancara mendalam. Sebanyak 12 kader Posyandu terlibat dalam pelatihan ini, yang dilaksanakan di Posyandu Assyifa, Kota Palembang. Hasil pelatihan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan kader, yang ditunjukkan melalui uji t dengan nilai rata-rata skor sebelum pelatihan sebesar 76,67 dan sesudah pelatihan sebesar 94,17 ($p < 0,05$). Temuan ini diperkuat dengan hasil wawancara mendalam yang menunjukkan peningkatan pemahaman kader terhadap konsep stunting, gizi seimbang, serta pentingnya PMT berbasis lokal. Pendekatan pendampingan terbukti efektif dalam membangun kapasitas kader untuk melakukan edukasi gizi secara lebih menarik dan aplikatif di lingkungan Posyandu. Kegiatan ini merekomendasikan penguatan pelatihan kader melalui metode interaktif seperti Emo-Demo yang berbasis praktik langsung dan menyentuh aspek emosional peserta. Selain itu, diperlukan pelatihan lanjutan terkait pemantauan pertumbuhan dan pencatatan antropometri secara konsisten untuk mendukung upaya pencegahan stunting di tingkat komunitas.

Kata Kunci: stunting; edukasi gizi; emo-demo; posyandu

Cara mensitasi artikel:

Idris, H., Rahmiwati, A., & Purnamasari, S. (2025). Edukasi gizi dengan modul makanan sehat dan media emo demo untuk pencegahan stunting. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 6(3), 925–936. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v6i3.23981>

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada periode krusial 1.000 hari pertama kehidupan—mulai dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Anak yang mengalami stunting umumnya memiliki tinggi badan di bawah standar usianya, dan berisiko menghadapi berbagai gangguan jangka panjang, seperti keterlambatan perkembangan kognitif,



penurunan sistem imunitas, serta penurunan kapasitas produktivitas dan kualitas hidup di masa dewasa (Dewi & Tjenreng, 2025).

Di Indonesia, prevalensi stunting pada tahun 2024 tercatat sebesar 19,8% berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI, 2025). Angka ini masih berada di atas target nasional, yaitu 18,8% pada tahun 2025, sehingga menunjukkan bahwa upaya percepatan penurunan stunting masih perlu diperkuat. Berbagai faktor telah diidentifikasi sebagai penyebab tingginya prevalensi stunting, antara lain rendahnya literasi gizi di kalangan ibu, terbatasnya akses terhadap pangan bergizi dan terjangkau, serta minimnya kegiatan edukasi gizi yang berkelanjutan di tingkat komunitas (Nugraheni & Malik, 2023).

Dalam upaya pencegahan stunting, kader posyandu memegang peran strategis sebagai ujung tombak edukasi dan pelaksana intervensi gizi di tingkat masyarakat. Mereka memiliki tanggung jawab utama dalam menyampaikan informasi mengenai pola makan sehat, melakukan pemantauan tumbuh kembang anak secara berkala, serta mendeteksi secara dini anak-anak yang berisiko mengalami stunting (Amalia & Makkulawu, 2023). Peran ini sangat krusial mengingat kader merupakan aktor terdekat dengan keluarga sasaran, khususnya ibu balita, dan menjadi jembatan antara sistem pelayanan kesehatan dengan komunitas lokal.

Namun demikian, berbagai tantangan masih dihadapi dalam optimalisasi peran kader, terutama terkait keterbatasan kapasitas dalam menyampaikan pesan gizi secara efektif, menarik, dan kontekstual. Survei awal yang dilakukan di Posyandu Assyifah, Kota Palembang, mengungkap bahwa masih terdapat sejumlah anak yang menunjukkan risiko stunting. Temuan ini berkorelasi dengan rendahnya frekuensi dan kualitas edukasi gizi yang diterima oleh ibu balita, serta kurangnya pemahaman ibu mengenai prinsip gizi seimbang dan praktik pemberian makan anak yang tepat. Kondisi ini menunjukkan adanya celah dalam kompetensi komunikasi dan edukatif kader, yang berdampak langsung pada efektivitas intervensi gizi di masyarakat.

Situasi tersebut menggarisbawahi pentingnya penguatan kapasitas kader melalui pelatihan yang tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga berbasis praktik langsung dan menggunakan pendekatan komunikatif yang mampu menjangkau aspek kognitif dan emosional masyarakat. Pelatihan yang dirancang dengan mempertimbangkan konteks lokal, pendekatan partisipatif, dan media edukatif yang menarik diyakini dapat meningkatkan kemampuan kader dalam menyampaikan pesan gizi secara lebih persuasif, membangun hubungan yang lebih baik dengan sasaran, serta mempercepat perubahan perilaku gizi di tingkat rumah tangga.

Untuk menjawab kebutuhan peningkatan kapasitas kader dalam menyampaikan edukasi gizi yang efektif, pelatihan ini dirancang dengan menggabungkan dua media utama, yaitu modul makanan sehat dan metode Emotional Demonstration (Emo-Demo). Modul makanan sehat berfungsi sebagai panduan praktis yang memuat informasi mengenai prinsip gizi seimbang, jenis makanan yang sesuai dengan kebutuhan balita, serta contoh penyajian menu bergizi harian, termasuk yang berbasis pada potensi pangan lokal. Materi dalam

modul disusun secara terstruktur dan visual untuk memudahkan pemahaman serta penerapan langsung di lapangan.

Sementara itu, metode Emo-Demo merupakan pendekatan edukatif yang secara khusus dirancang untuk menyentuh aspek emosional peserta melalui kombinasi simulasi, narasi kontekstual, dan permainan peran. Metode ini bertujuan untuk menciptakan pengalaman belajar yang lebih mendalam dan bermakna, sehingga pesan-pesan penting tentang stunting dan gizi tidak hanya dipahami secara kognitif, tetapi juga diresapi secara afektif. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan berbasis emosional ini efektif dalam meningkatkan pemahaman dan daya ingat kader terhadap informasi gizi, serta memperkuat kemampuan mereka dalam menyampaikan materi secara komunikatif dan relevan dengan konteks lokal (Al Aziz et al., 2025; Nadira et al., 2023).

Kombinasi antara modul makanan sehat dan metode Emo-Demo dirancang agar kader tidak hanya memahami materi secara konseptual, tetapi juga mampu menyampaikannya kembali kepada masyarakat dengan cara yang menarik, partisipatif, dan mudah diterima oleh sasaran. Dengan demikian, pelatihan ini tidak hanya mentransfer pengetahuan, tetapi juga membangun keterampilan praktis dan kesiapan kader dalam menjalankan peran sebagai agen edukasi gizi di komunitas.

Dengan pendekatan ini, kegiatan pengabdian diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu Assyifah dalam menyampaikan edukasi gizi dan mendukung upaya pencegahan stunting secara lebih efektif. Fokus kegiatan ini tidak hanya pada peningkatan skor pengetahuan, tetapi juga pada perubahan perilaku kader dalam praktik edukasi kepada ibu balita, sehingga menciptakan dampak berkelanjutan di komunitas.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang dengan pendekatan *Community-Based Participatory Research* (CBPR) (Khasanah et al., 2024), yang menekankan pada kolaborasi aktif antara akademisi dan masyarakat dalam setiap tahap kegiatan. Pendekatan ini dipilih karena relevan untuk menjawab kebutuhan komunitas secara langsung melalui partisipasi kader posyandu sebagai agen perubahan. Tahapan kegiatan melibatkan perencanaan bersama, pelaksanaan kegiatan edukatif, dan evaluasi partisipatif terhadap dampak kegiatan.

Sasaran kegiatan adalah 12 kader Posyandu Assyifa di Kota Palembang yang dipilih melalui metode total sampling. Pemilihan total sampling dilakukan karena jumlah kader yang terlibat relatif kecil dan seluruhnya berperan aktif dalam layanan Posyandu, sehingga seluruh populasi menjadi bagian dari intervensi. Kegiatan pelatihan dilaksanakan secara terstruktur melalui empat tahapan: (1) penyampaian materi edukatif melalui ceramah interaktif dengan bantuan media PowerPoint dan modul makanan sehat; (2) diskusi kelompok yang difasilitasi oleh moderator untuk menggali pemahaman peserta serta menstimulasi pertanyaan dan refleksi; (3) simulasi menggunakan metode *Emotional Demonstration* (Emo-

Demo) untuk menyampaikan pesan gizi secara emosional dan menyenangkan; dan (4) evaluasi.

Pemilihan ceramah dan diskusi sebagai teknik pelatihan didasarkan pada kebutuhan menyampaikan informasi dasar serta menggali pemahaman awal peserta. Ceramah disampaikan oleh dosen yang memiliki keahlian di bidang gizi dan Kesehatan masyarakat. Peran moderator adalah mengarahkan diskusi, memastikan keterlibatan seluruh peserta, serta memfasilitasi proses berbagi pengalaman dan pemahaman. Sesi Emo-Demo dilaksanakan dalam bentuk praktik langsung, di mana peserta dilibatkan dalam permainan peran dan simulasi untuk memperkuat pemahaman terhadap isu stunting dan gizi seimbang.

Pengumpulan data dilakukan dengan instrumen kuantitatif berupa kuesioner pretest dan posttest, serta wawancara mendalam sebagai metode kualitatif. Kuesioner dirancang berdasarkan indikator pengetahuan gizi dan pencegahan stunting yang telah divalidasi oleh ahli gizi dan pengabdian masyarakat. Uji validitas dilakukan melalui expert judgement, dan reliabilitas diuji pada kelompok kader serupa di lokasi berbeda. Analisis data kuantitatif dilakukan menggunakan uji t berpasangan (paired t-test) untuk mengukur perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan. Sementara itu, wawancara mendalam dianalisis menggunakan pendekatan tematik untuk mengidentifikasi perubahan pemahaman dan persepsi kader setelah pelatihan.

Evaluasi proses juga dilakukan secara observasional oleh tim pelaksana untuk mencatat keterlibatan peserta, dinamika diskusi, dan respon terhadap permainan Emo-Demo. Catatan lapangan tersebut digunakan sebagai data pelengkap untuk menilai efektivitas pendekatan CBPR dalam membangun kapasitas kader secara partisipatif dan kontekstual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan dilaksanakan pada tanggal 30 Juni 2025 di Posyandu Asy-Syifa, Kota Palembang, dan diikuti oleh 12 kader posyandu yang dipilih melalui metode *total sampling*, yaitu dengan melibatkan seluruh kader aktif yang bertugas di posyandu tersebut. Evaluasi efektivitas pelatihan dilakukan melalui pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Secara kuantitatif, digunakan pretest dan posttest dengan instrumen berupa soal pilihan ganda terstruktur untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelatihan. Sementara itu, pendekatan kualitatif dilakukan melalui wawancara mendalam untuk mengeksplorasi perubahan pemahaman dan persepsi peserta terhadap isu stunting dan pentingnya gizi seimbang secara lebih mendalam.

Hasil analisis data kuantitatif menggunakan uji paired t-test ditampilkan pada Tabel 1. Sebelum pelatihan, skor rata-rata pengetahuan peserta adalah 76,67, yang kemudian meningkat menjadi 94,17 setelah pelatihan. Nilai signifikansi yang diperoleh adalah $p < 0,05$, yang menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna secara statistik. Temuan ini mengindikasikan bahwa pelatihan memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan kader mengenai isu stunting dan pentingnya gizi seimbang.

Tabel 1. Skor T-test dari *pretest* dan *posttest* yang dilakukan pada peserta pelatihan

Skor Pengetahuan	Average	Mean Difference	95% Confidence Interval		P-value
			Lower	Upper	
Sebelum Pelatihan	76.67	-17.5	-23.633	-11.367	<0.05
Sesudah Pelatihan	94.17				

Beberapa faktor diduga secara signifikan berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan kader setelah pelatihan. Pertama, sebagian besar peserta merupakan kader posyandu aktif dengan latar belakang pendidikan minimal tingkat sekolah menengah atas (SMA) dan pengalaman kerja lebih dari dua tahun dalam pelayanan kesehatan masyarakat. Kombinasi antara pengalaman praktis dan tingkat literasi yang memadai ini diduga mempermudah proses pemahaman serta internalisasi materi pelatihan.

Kedua, metode penyampaian materi dirancang secara interaktif dan partisipatif, mencakup ceramah singkat berbasis visual, diskusi kelompok terfokus, serta penggunaan pendekatan emosional melalui metode *Emo-Demo (Emotional Demonstration)*. Pendekatan ini tidak hanya memperkuat daya ingat peserta, tetapi juga membangun keterlibatan emosional terhadap isu stunting dan gizi seimbang, yang pada gilirannya meningkatkan motivasi untuk belajar dan berbagi pengetahuan.

Ketiga, pelatihan dilaksanakan dalam kelompok kecil yang terdiri dari 12 peserta, sehingga menciptakan suasana belajar yang lebih kondusif dan memungkinkan fasilitator untuk memberikan umpan balik secara personal. Format ini mendukung terjadinya interaksi dua arah secara intensif, memperhatikan perbedaan gaya belajar individu, dan memberikan ruang yang cukup bagi peserta untuk menyampaikan pertanyaan maupun pengalaman praktik lapangan.

Hasil wawancara mendalam mengungkap bahwa sebelum pelatihan dilaksanakan, pemahaman peserta mengenai stunting masih bersifat parsial dan terbatas pada indikator fisik semata, seperti tinggi badan yang tidak sesuai usia serta kondisi kekurangan gizi. Sebagian besar kader belum menyadari bahwa stunting merupakan kondisi kompleks yang tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, kapasitas belajar, serta risiko penyakit kronis di masa dewasa. Setelah mengikuti pelatihan, terjadi pergeseran pemahaman yang cukup signifikan. Peserta mulai menunjukkan kesadaran bahwa stunting memiliki implikasi jangka panjang terhadap kualitas hidup anak, termasuk kecerdasan, produktivitas, dan kesejahteraan sosial-ekonomi di masa depan.

Perubahan ini tercermin dari pernyataan peserta selama wawancara, misalnya: "Stunting itu ternyata bukan cuma soal anak kecil, tapi juga bisa memengaruhi kecerdasannya ke depan." Selain itu, pelatihan juga berhasil membuka wawasan peserta terkait potensi sumber pangan lokal dalam pencegahan stunting. Salah satu peserta menyampaikan, "Saya baru tahu bahwa makanan lokal seperti daun kelor dan tempe bisa bantu cegah stunting." Pernyataan ini menunjukkan bahwa pelatihan tidak hanya meningkatkan pengetahuan konseptual mengenai definisi dan dampak stunting, tetapi juga

memperluas perspektif peserta terhadap strategi pencegahan yang bersifat praktis dan kontekstual, terutama yang berbasis pada potensi sumber daya lokal.

Temuan ini menguatkan hasil evaluasi kuantitatif sebelumnya, bahwa pelatihan berperan penting dalam memperkaya pemahaman kader secara lebih menyeluruh dan aplikatif, yang diharapkan dapat diteruskan dalam praktik penyuluhan dan edukasi masyarakat di tingkat posyandu.

Pelatihan bagi kader posyandu memegang peranan strategis dalam upaya pencegahan stunting di masyarakat, sebagaimana ditegaskan oleh (Purnamasari et al., 2020). Untuk mencapai efektivitas pelatihan, diperlukan metode yang tidak hanya informatif tetapi juga mampu menjangkau aspek afektif peserta. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif adalah penggunaan permainan Emo-Demo (Emotional Demonstration), yakni metode penyampaian pesan gizi yang dirancang secara menyenangkan, interaktif, dan menggugah sisi emosional peserta. Pendekatan ini mengintegrasikan prinsip-prinsip psikologi edukatif, seperti keterlibatan afektif untuk meningkatkan empati, penguatan memori visual melalui penggunaan alat peraga, serta pengalaman langsung dalam mendemonstrasikan praktik gizi yang benar.

Selama sesi Emo-Demo, kader menunjukkan keterlibatan yang jauh lebih aktif dibandingkan sesi ceramah. Mereka merespons dengan antusias, tertawa, berdiskusi, bahkan membagikan pengalaman pribadi yang relevan dengan materi. Modul pelatihan yang dikemas dalam bentuk permainan berhasil membangun koneksi emosional peserta terhadap isu stunting dan pentingnya gizi seimbang, yang sebelumnya kurang tergali melalui pendekatan konvensional. Hasil observasi selama pelatihan mencatat bahwa sesi Emo-Demo menjadi titik balik dalam meningkatkan partisipasi kader secara signifikan. Jika sebelumnya peserta cenderung pasif dan hanya mendengarkan selama sesi ceramah, maka pada sesi ini mereka lebih terbuka dalam berdiskusi, mengajukan pertanyaan, serta menunjukkan minat untuk menerapkan materi dalam kegiatan posyandu. Hal ini memperkuat bukti bahwa pelatihan berbasis pendekatan emosional tidak hanya memperluas pemahaman konseptual, tetapi juga memperkuat keterlibatan dan motivasi kader dalam menjalankan perannya di masyarakat.

Sebelum menampilkan dokumentasi visual pelatihan, berikut penjelasan mengenai media edukatif yang digunakan selama kegiatan. Tim fasilitator menggunakan modul makanan sehat sebagai alat bantu utama dalam proses pembelajaran, sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 1. Modul ini dirancang secara visual dan informatif, berisi panduan isi piring bergizi seimbang sesuai pedoman Kementerian Kesehatan, contoh menu Program Makanan Tambahan (PMT) yang sesuai kebutuhan anak usia dini, serta referensi berbagai sumber pangan lokal yang mudah dijangkau oleh masyarakat. Selama sesi pelatihan, kader diajak untuk secara aktif membaca isi modul, mendiskusikan materi secara kelompok, dan melakukan simulasi penyusunan menu bergizi menggunakan contoh-contoh yang tersedia dalam modul. Pendekatan ini tidak hanya memperkuat pemahaman materi secara konseptual, tetapi juga memberikan keterampilan praktis yang dapat langsung diterapkan dalam pelayanan posyandu.



Gambar 1. Modul makanan sehat yang digunakan dalam pelatihan

Selain modul makanan sehat, pelatihan ini juga memanfaatkan media Emo-Demo sebagai bagian integral dari kegiatan edukatif, sebagaimana ditampilkan pada Gambar 2. Media ini terdiri atas berbagai alat bantu visual seperti papan gambar bertema keluarga dan anak, ilustrasi piring makan bergizi, serta perlengkapan simulasi berupa alat peraga makanan dan boneka edukatif. Seluruh elemen tersebut digunakan dalam permainan peran (*role play*) yang dirancang secara interaktif untuk menyampaikan pesan-pesan kunci seputar stunting, pola asuh, serta pentingnya konsumsi gizi seimbang.

Setiap alat dalam media Emo-Demo dirancang untuk membangun koneksi emosional antara kader dan isu yang disampaikan, sekaligus mengaktifkan partisipasi peserta secara afektif, visual, dan kinestetik. Dalam pelaksanaan, kader diminta memerankan situasi sehari-hari yang berkaitan dengan praktik pemberian makan anak, diiringi dengan diskusi reflektif yang dipandu fasilitator. Metode ini terbukti efektif dalam memperkuat pemahaman melalui pengalaman langsung dan mempercepat retensi informasi penting, terutama pada peserta dengan gaya belajar praktis dan kontekstual.



Gambar 2. Properti media emo-demo yang digunakan dalam simulasi pelatihan

Meski hasil pelatihan menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu dicermati dalam pelaksanaan kegiatan ini. Pertama, jumlah peserta yang terbatas, yaitu hanya 12

orang kader dari satu posyandu, membatasi ruang lingkup generalisasi temuan ke populasi kader posyandu secara lebih luas. Komposisi sampel yang homogen juga dapat memengaruhi keberagaman respons terhadap materi pelatihan, sehingga interpretasi hasil sebaiknya dilakukan dengan hati-hati.

Kedua, evaluasi efektivitas pelatihan hanya dilakukan dalam jangka pendek, yaitu sesaat setelah sesi pelatihan berakhir. Hal ini belum cukup untuk mengetahui apakah peningkatan pengetahuan yang diperoleh bersifat berkelanjutan dan apakah pemahaman tersebut benar-benar diterapkan secara konsisten dalam praktik edukasi di lapangan. Tidak adanya tindak lanjut berupa pengukuran jangka menengah atau panjang, misalnya melalui follow-up tes atau studi longitudinal, menjadi keterbatasan penting dalam menilai dampak pelatihan terhadap perubahan perilaku kader.

Ketiga, kegiatan ini belum mencakup observasi lapangan pascapelatihan untuk menilai secara langsung bagaimana kader mengimplementasikan pengetahuan yang telah diperoleh, khususnya dalam memberikan edukasi gizi kepada ibu balita di lingkungan posyandu. Padahal, dimensi perilaku ini sangat krusial untuk memastikan bahwa peningkatan pengetahuan benar-benar diterjemahkan menjadi aksi nyata yang berdampak pada perubahan praktik masyarakat.

Selain peningkatan skor pengetahuan, proses evaluasi melalui observasi selama pelatihan juga mencatat adanya perkembangan positif dalam dinamika interaksi peserta. Seiring berjalannya sesi, kader menunjukkan peningkatan partisipasi aktif, ditandai dengan keberanian untuk mengajukan pertanyaan, berbagi pengalaman, serta terlibat dalam diskusi mengenai pangan lokal bergizi dan strategi edukasi gizi yang relevan dengan konteks komunitas mereka. Fenomena ini mencerminkan bahwa pelatihan tidak hanya memberikan dampak pada aspek kognitif, tetapi juga berkontribusi pada penguatan dimensi afektif dan sosial, seperti kepercayaan diri, kesadaran kontekstual, serta kemampuan berkomunikasi dalam forum kelompok.

Namun demikian, hasil observasi juga menunjukkan bahwa belum seluruh peserta mampu mengaitkan secara utuh antara materi pelatihan dengan praktik edukasi gizi yang terstruktur dan sistematis di lapangan. Beberapa kader masih memerlukan bimbingan dalam merancang kegiatan penyuluhan yang sesuai dengan prinsip komunikasi efektif dan pendekatan berbasis kebutuhan sasaran. Temuan ini mengindikasikan perlunya pendampingan lanjutan pascapelatihan, baik dalam bentuk supervisi lapangan, pelatihan tambahan, maupun penyediaan modul praktis sebagai panduan kader dalam mengimplementasikan pengetahuan secara konsisten dan berkelanjutan di komunitas masing-masing.

Sebagai tindak lanjut dari kegiatan ini, disarankan untuk menyelenggarakan program pelatihan berkelanjutan yang disertai dengan pemantauan dan evaluasi secara berkala. Pelatihan lanjutan ini sebaiknya mencakup komponen praktis yang lebih aplikatif, seperti demonstrasi memasak makanan bergizi berbasis pangan lokal, yang tidak hanya memperkuat keterampilan teknis kader tetapi juga meningkatkan relevansi materi dengan kondisi nyata di lapangan. Selain itu, pelatihan pencatatan dan interpretasi data antropometri yang akurat juga menjadi

prioritas penting, mengingat peran kader dalam memantau pertumbuhan balita sangat krusial dalam sistem deteksi dini stunting.

Kegiatan pelatihan lanjutan ini perlu dirancang dalam format yang mendorong keterlibatan aktif, berbasis masalah lokal, dan disertai dengan supervisi lapangan secara berkala untuk memastikan bahwa pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh benar-benar diimplementasikan secara konsisten. Dengan pendekatan ini, diharapkan peran kader sebagai agen perubahan di tingkat komunitas dapat semakin diperkuat, sehingga upaya pencegahan stunting menjadi lebih efektif, berkelanjutan, dan berakar pada kapasitas lokal.

Berdasarkan hasil evaluasi kuantitatif yang diperoleh melalui pretest dan posttest, serta didukung oleh temuan dari wawancara mendalam, pelatihan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai strategi pencegahan stunting. Peningkatan pemahaman peserta tidak hanya tercermin dari peningkatan skor tes, tetapi juga dari perubahan cara pandang kader terhadap isu stunting, yang sebelumnya terbatas pada gejala fisik, menjadi lebih menyeluruh mencakup dampak kognitif dan jangka panjang. Hasil ini sejalan dengan temuan (Rahyanti & Sriasih, 2022), yang menyatakan bahwa pelatihan tentang pencegahan stunting berkontribusi signifikan terhadap peningkatan pengetahuan kader posyandu dalam menangani masalah tersebut.

Salah satu komponen penting dalam keberhasilan pelatihan ini adalah penggunaan modul makanan sehat sebagai media utama penyampaian materi. Modul ini dirancang secara kontekstual dan berbasis bukti, memuat informasi tentang prinsip gizi seimbang, contoh menu Program Makanan Tambahan (PMT), serta pemanfaatan sumber pangan lokal. Peserta tidak hanya mendapatkan informasi konseptual, tetapi juga diarahkan untuk menyusun dan menyimulasikan menu bergizi yang sesuai dengan kebutuhan balita di wilayah masing-masing. Modul ini membantu menghubungkan teori dengan praktik, sehingga materi lebih mudah diterapkan di lapangan. Hal ini diperkuat oleh studi (Jumiyati et al., 2014), yang menunjukkan bahwa penggunaan modul edukatif berbasis lokal secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam menyampaikan informasi gizi, termasuk mengenai ASI eksklusif.

Selain modul, permainan Emo-Demo menjadi metode pelatihan yang sangat efektif dalam membangun pemahaman mendalam dan empati peserta terhadap isu stunting. Permainan ini memanfaatkan pendekatan partisipatif dan emosional untuk menggambarkan situasi nyata yang dihadapi keluarga dengan risiko stunting. Melalui permainan peran, peserta tidak hanya memahami materi secara kognitif, tetapi juga mengalami keterlibatan emosional yang memperkuat motivasi untuk bertindak. Selama pelatihan, kader menunjukkan antusiasme tinggi, aktif berdiskusi, serta lebih berani mengungkapkan pandangan dan pengalaman pribadi. Proses belajar menjadi lebih hidup, menyenangkan, dan bermakna. Selain meningkatkan pemahaman tentang penyebab dan dampak stunting, metode ini juga melatih kader dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat dengan cara yang sederhana, komunikatif, dan mudah diterima. Pengalaman emosional yang diperoleh selama permainan turut mendorong munculnya rasa kepedulian dan empati terhadap keluarga yang berisiko, sehingga memperkuat peran kader

sebagai agen perubahan di komunitasnya. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Nuradhiani et al., 2025), yang melaporkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan kader posyandu setelah mengikuti pelatihan berbasis metode Emo-Demo, dari 41,7% ke 75% dalam kategori pengetahuan baik. Penelitian tersebut juga menegaskan bahwa pendekatan ini efektif dalam meningkatkan kapasitas kader dalam menyampaikan informasi gizi dan kesehatan secara praktis.

Peningkatan pengetahuan yang dicapai melalui pelatihan ini diharapkan tidak berhenti pada aspek kognitif semata, tetapi juga berlanjut menjadi perubahan perilaku kader dalam melaksanakan edukasi di masyarakat. Kader yang telah terlatih memiliki potensi besar untuk menjadi penggerak edukasi gizi di tingkat komunitas, antara lain melalui penyuluhan rutin kepada ibu balita, pendampingan keluarga berisiko stunting, serta pelaksanaan demonstrasi memasak PMT berbahan pangan lokal. Studi oleh (Istianti et al., 2025) menunjukkan bahwa kader yang aktif melakukan edukasi secara berkala mampu menurunkan prevalensi stunting hingga 10% dalam kurun waktu satu tahun intervensi. Oleh karena itu, pelatihan seperti ini perlu terus dilanjutkan dan diperluas cakupannya agar dampaknya semakin meluas dan berkelanjutan dalam upaya pencegahan stunting di tingkat akar rumput.

SIMPULAN

Pelatihan edukasi gizi melalui modul makanan sehat dan metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader Posyandu mengenai pencegahan stunting. Peningkatan skor pretest dan posttest serta hasil wawancara menunjukkan bahwa peserta tidak hanya memahami konsep gizi seimbang secara lebih mendalam, tetapi juga mampu mengaitkannya dengan praktik edukasi yang lebih komunikatif dan partisipatif di masyarakat. Efektivitas metode Emo-Demo terlihat dari peningkatan antusiasme, keterlibatan emosional, serta pemahaman mendalam peserta selama simulasi.

Namun, pelaksanaan kegiatan juga menghadapi beberapa tantangan, seperti keterbatasan jumlah peserta dan durasi pelatihan. Hal ini menjadi refleksi penting bahwa peningkatan pengetahuan tidak selalu menjamin perubahan perilaku secara langsung tanpa dukungan sistematis dan berkelanjutan. Ke depan, hasil pelatihan ini diharapkan dapat mendorong kader untuk lebih proaktif dalam memberikan edukasi gizi di posyandu, memanfaatkan media dan pendekatan yang lebih menarik. Untuk menjaga keberlanjutan dampak pelatihan, diperlukan langkah lanjutan berupa program pendampingan rutin, pelatihan penyegaran berkala, serta pengembangan modul berbasis Emo-Demo yang terintegrasi dalam sistem kerja posyandu. Kegiatan ini juga merekomendasikan perlunya kolaborasi lintas sektor, termasuk puskesmas dan pemerintah daerah, guna memperluas cakupan edukasi gizi berbasis komunitas. Dengan demikian, pelatihan ini tidak hanya menjawab kebutuhan peningkatan kapasitas kader dalam jangka pendek, tetapi juga memberikan fondasi awal yang kuat untuk memperkuat peran kader dalam pencegahan stunting secara berkelanjutan di tingkat akar rumput.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Pendidikan Riset dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi Tahun Anggaran 2025 Sesuai dengan Kontrak Pengabdian Nomor 105/C3/DT.05.00/PM/2025 atas supportnya sehingga pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana.

DAFTAR RUJUKAN

- Al Aziz, L. M., Zahroh, F. A., Sari, T. N., Affandi, E. K. R., Choirunnisa, I., & Ningtyias, F. W. (2025). Peningkatan literasi kader posyandu tentang stunting dan infeksi tuberculosis dengan metode emotional demonstration (Emo-Demo). *Jurnal Medika: Medika*, 4(2), 185–191. <https://doi.org/10.31004/yn8tw125>
- Amalia, L., & Makkulawu, A. (2023). Pelatihan Kader Posyandu Sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Desa Lonuo Kecamatan Tilongkabila. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(1), 1–5. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v2i1.18422>
- Dewi, C. N., & Tjenreng, M. B. Z. (2025). Pelayanan publik sebagai kunci penanganan stunting di Indonesia. *YUME: Journal of Management*, 8(2), 368–377. <https://doi.org/10.37531/yum.v8i2.8524>
- Istianti, T., Hopiani, A., Halimah, L., & Arisandi AM, M. (2025). Pelatihan terintegrasi bagi kader PKK dan posyandu terkait pencegahan stunting pada anak di Kabupaten Bandung. *Jurnal Mutiara Pendidikan*, 5(1), 203–215. <https://doi.org/10.29303/jmp.v5i1.8677>
- Jumiyati, N., Nugrahaeni, S. A., & Margawati, A. (2014). Pengaruh modul terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan praktek kader dalam upaya pemberian ASI eksklusif. *Gizi Indonesia*, 37(1), 19–28. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v37i1.147>
- Khasanah, U., Trisnawati, S. N. I., Isma, A., Alanur, S. N., Maida, A. N., Nainiti, N. P. P. E., Amin, L. H., Aryawati, N. P. A., Murwati, Bangu, H., & Maulida, C. (2024). *Metodologi Pengabdian Kepada Masyarakat: Teori dan Implementasi* (S. N. I. Trisnawati (ed.)). Tahta Media Group.
- Nadira, N. A., Widdefrita, W., Amos, J., Silaban, E. M. L., Yuzar, Y., & Adriyanti, S. L. (2023). Edukasi emo-demo pada kader posyandu dan ibu balita dalam pencegahan masalah gizi. *Abdi: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 5(2), 158–164. <https://doi.org/10.24036/abdi.v5i2.405>
- Nugraheni, N., & Malik, A. (2023). Peran kader posyandu dalam mencegah kasus stunting di Kelurahan Ngijo. *Lifelong Education Journal*, 3(1), 83–92. <https://doi.org/10.59935/lej.v3i1.198>
- Nuradhiani, A., Sartika, R. S., & Koerniawati, R. D. (2025). Pelatihan emo-demo (emotional demonstration) bagi kader posyandu sebagai upaya pencegahan stunting di 1000 hari pertama kehidupan. *Martabe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1), 219–225.
- Purnamasari, H., Shaluhiah, Z., & Kusumawati, A. (2020). Pelatihan kader posyandu sebagai upaya pencegahan stunting pada balita di wilayah kerja

- puskesmas margadana dan puskesmas tegal selatan Kota Tegal. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 432-439.
<https://doi.org/10.14710/jkm.v8i3.26580>
- Rahyanti, N. M. S., & Sriasih, N. K. (2022). Pengaruh pelatihan kader terhadap kesiapan kader dalam pencegahan stunting. *Menara Medika*, 5(1), 46-52.
<https://doi.org/10.31869/mm.v5i1.3492>
- SSGI. (2025). *Prevalensi Stunting Indonesia Turun ke 19,8%*.